

Abadejo sobre garbanzos guisados

Tiempo de preparación: 30 Min



Ingredientes

Grabanzos: 300 g Caldo de verduras: 1 L

Pasta larga seca: 2 g Acelga: 1 k

Salsa

Cebolla: 1 Unidad

Tomate: 4 Unidad

Pimentón: 1 cdita.

Pimienta Negra: 1/2 cdita.

Vino Tinto: 100 cc

Laurel / Hojas: 2 Unidad

Paprika: 1/2 cdita.

Puerros: 2 Unidades

Preparación de la Receta

Garbanzos

- Remoje los garbanzos durante toda la noche en agua caliente.
- Cocine en caldo de verduras hirviendo
- Corte la acelga en juliana gruesa.
- A 3/4 de la cocción incorpore la acelga, mezcle bien.

Abadejo

- Corte el filet de abadejo en trozos grandes
- Salpimiente
- En una sartén con aceite de oliva cocine el pescado de 3 a 4 minutos.

Salsa

- Pique la cebolla y el puerro.
- Pele y pique los tomates.
- Pique el ajo.
- En una cacerola rehogue con aceite de oliva la cebolla, y el puerro.
- Agregue el tomate y condimente con el laurel, el pimentón, el ajo y la paprika
- Cocine unos minutos e incorpore el vino
- Salpimiente
- Cuele los garbanzos con acelga.
- Cuando el tomate esté casi deshecho agregue allí los garbanzos.
- Deje reducir un poco la salsa y retire del fuego
- Al momento de servir aparte el laurel.
- Sirva el guiso de garbanzos sobre un plato ayudándose con un aro cortapasta
- Desmolde y acomode encima el abadejo

Consulta la receta original en https://elgourmet.com/recetas/abadejo-sobre-garbanzos-guisados